‘‘भारतीय संगीत की कतिपय रागों का तंत्रिका एवं मनोरोगों पर प्रभावः एक विश्लेषणात्मक अध्ययन‘‘

दयालबाग एजूकेशनल इन्स्टीट्यूट (डीम्ड विश्वविद्यालय)
दयालबाग़, आगरा की संगीत विषय में
पी0एच0डी0 उपाधि हेतु प्रस्तुत
शोध प्रबन्ध की प्रस्तावित रूपरेखा

2016

शोध निर्देशिका

डॉ0 नीतू गुप्ता
असिस्टेन्ट प्रोफेसर
(सितार)

शोधार्थिनी

काव्या जैन

(सितार)

विभागाध्यक्षा

प्रो0 (श्रीमती) सुभद्रा कुमारी सतसंगी
संगीत विभाग

संकाय प्रमुख

प्रो0 रागिनी रॉय

कला संकाय (संगीत विभाग)

दयालबाग़ एजूकेशनल इन्स्टीट्यूट (डीम्ड यूनिवर्सिटी)
दयालबाग़, आगरा – 282005

''भारतीय संगीत की कतिपय रागों का तंत्रिका एवं मनोरोगों पर प्रभावः एक विश्लेषणात्मक अध्ययन''

भूमिका :–

सम्पूर्ण प्रकृति नादाधीन है। नाद में प्रत्येक स्तर के जीवन को प्रभावित करने की पूर्ण क्षमता होती है। नाद शक्ति अत्यंत सूक्ष्म है। शक्ति जितनी सूक्ष्म होती है उसका प्रभाव उतना ही बढ़ जाता है। नाद के इसी गुण से प्रभावित होकर आकाश तत्व के गुण नाद को संगीत औषधि एवं नाद चिकित्सकीय प्रणाली के उपचार के रूप में प्रयुक्त किया जा रहा है।

सर्वविदित है कि संगीत ईश्वरीय वाणी है अतः स्वयं ब्रह्म स्वरूप है। निश्चय ही शब्द और नाद की सृष्टि से उत्पन्न सम्पूर्ण ब्रह्माण्ड में जो तत्व विशेष सम्पूर्ण जड़–चेतन विश्व को समान भाव से एक सूत्र में बांधे वही 'संगीत' है। संगीत आत्मा–परमात्मा के मिलन का साधन है। संगीत मन एवं चित्त को एकाग्रता, सबलता व आनन्द प्रदान करता है। अतः संगीत का उद्देश्य ब्रह्मानंद सहोदर की प्राप्ति, सत्त चित्त आनंद की प्राप्ति व मोक्ष की प्राप्ति है। हमारा संगीत नादाधारित है। नाद का मूल स्वरूप 'ओमकार' ही माना गया है। 'ॐ' ही नाद ब्रह्म है। यह प्रमाणित है कि 'ओम' मंत्र उच्चारण द्वारा स्वतः ही मन में एकाग्रता एवं शक्ति जागृत होती है, वाणी में मधुरता आती है, मानसिक तनाव कम होकर एक नई स्फूर्ति का संचार होता है, सुषुप्त शक्तियाँ जागृत होती है, आत्मिक बल मिलता है तथा उदासी व निराशा दूर होकर प्रसन्नता आती है। निश्चय ही संगीत कला समस्त ललित कलाओं में श्रेष्ठ कला है। भारतीय संगीत के मात्र सात स्वर स रे ग म प ध नि जो कि अमूर्त भावनाओं को मूर्त रूप प्रदान करते हैं। इस प्रकार भारतीय संगीत वाद्यों की ध्वनि व रागों का मानव मन पर भली भांति पूर्णतः प्रभाव पड़ना स्वाभाविक है। संगीत में निहित ध्वनि के विभिन्न स्वरूपों में आकर्षक ध्वनियों से रचित संगीत का सीधा सम्बन्ध मानव मन के सूक्ष्म एवं कोमल संवेगों से रहा है। संगीत विभिन्न प्रकार के भावों का निर्माण कर मानव मन व शरीर पर अपना गहरा प्रभाव डालता है। जब इसी प्रभावोत्पादक क्षमता का प्रयोग चिकित्सा के रूप में शारीरिक एवं मानसिक संतुलन

को व्यवस्थित करने के उद्देश्य से किया गया तो यह प्रभावात्मक प्रक्रिया 'संगीत चिकित्सा' के नाम से जानी जाने लगी।

कला एवं विज्ञान के समन्वय से संगीत–चिकित्सा का प्रचलन प्रारम्भ हुआ। संगीत एक कला है व चिकित्सा एक विज्ञान। जिसके अन्तर्गत किसी भी व्यक्ति के रोगों की चिकित्सा संगीत द्वारा की जाती है।

जैसा कि विभिन्न कुछ उद्धरणों द्वारा स्पष्ट होता है– डॉ0 बाला जी तांबे के अनुसार, ''ऊँ विश्वव्यापी सम्प्रेषण हेतु एक ध्वनि है, जिसे सभी रोगहारी संगीत के रूप में प्रयुक्त किया जा सकता है।''

डॉ0 जॉर्ज स्टीवेंशन और डॉ0 विंसेण्ट पॉल ने संगीत को सभी मानसिक तनावों के निराकरण की अचूक औषधि कहा है।

डॉ0 बी0सी0 देव ने भी संगीत चिकित्सा को मानसिक रोग की अचूक मनोवैज्ञानिक दवा बताया है। इंग्लैण्ड के चिकित्सक डॉ0 एडविना मीड व कैलिफोर्निया विश्वविद्यालय के शरीर शास्त्री एडवर्ड पॉडीलॉस्की का ऐसा मानना है कि संगीत की तरंगों से स्नायु स्थान में एक विशेष हलचल होती है, जो कि चिंतन व भावना क्षेत्र की विकृतियों को दूर करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है।

इस प्रकार संगीत विद्वान जैसे– पं0 जसराज जी के अनुसार सन् 1976 में Tata Cancer Institute में एक मरणासन्न बालक को करीब एक घण्टा संगीत सुनाकर उसे चलने फिरने लायक बना दिया गया तत्पश्चात वह बालक एक महीना दस दिन जीवित भी रहा। संगीत मानव–मन को शांति प्रदान कर तनाव मुक्त व अनेक रोग व्याधि से दूर करता है। संगीत चिकित्सा का प्रयेाग आज से ही नहीं वरन् प्राचीन काल से ही विभिन्न रूपों में किया गया जा रहा है।

वर्तमान में विभिन्न रोगों जैसे– कैंसर, टी.वी., पोलियो, विविध मानसिक रोगों व मधुमेह आदि में संगीत–चिकित्सा का प्रयोग बहुतायत से किया जा रहा है।

आज संगीत का प्रयोग सफल औषधि के रूप में किया जा रहा है इसी से प्रेरित होकर शोधकर्त्री द्वारा वर्तमान में अति तीव्र गति से बढ़ रहा तंत्रिका एवं मनोरोगों से सम्बन्धित रोग जैसे– अल्जाइमर और

डिप्रेशन आदि अन्य मनोरोगों पर संगीत के चिकित्सकीय प्रभाव को जानने हेतु शोधकर्त्री द्वारा प्रस्तुत विषय का चयन किया गया।

संक्षेप में अल्जाइमर रोग, मनोभ्रंश अर्थात् डिमेंशिया का सबसे आम प्रकार है। अल्जाइमर स्मृति और अन्य महत्वपूर्ण मानसिक कार्यों को नष्ट करने वाला एक वृद्धिकारक रोग है। अल्जाइमर 'भूलने का रोग' है। सर्वप्रथम अल्जाइमर का विवरण 'अलोइस अल्जाइम' ने किया था, जिनके नाम से ही इस विशेष मनासिक रोग का नाम 'अल्जाइमर' पड़ा। मनोभ्रंश मस्तिष्क के उन परिवर्तनों के परिणास्वरूप उत्पन्न होता है, जो किसी व्यक्ति को सोचने और याद रखने की क्षमता को प्रभावित करते है। कोई भी यह नहीं जानता कि अल्जाइमर रोग क्यों होता है पर इस विषय पर कई शोध किये जा रहे हैं। यदि परिवार में किसी सदस्य या बड़े बुजुर्गों को यह रोग है तो उस परिवार के अन्य सदस्य को भी यह रोग होने की सम्भावनाऐं पैदा हो सकती हैं अर्थात् यह रोग वंशानुगत भी हो सकता है।

इस मानसिक रोग के लक्षण जैसे मरीज की स्मरण शक्ति का कम हो जाना, किसी बात को समझने में कठिनाई महसूस होना, मरीज को नई जानकारी को सीखने में परेशानी होना, वाहन चलाने, दवा लेने, पैसे के व्यवहार में, कपड़े पहनने, खाना और नहाने जैसे साधारण कार्य कर पाने की क्षमताओं में भी बहुत से परिवर्तन का होना, छोटी—छोटी बात पर बिना कारण ही गुस्सा होना, चिल्लाना व रोना, चीजों को गलत अनुचित जगह पर रखकर छोड़ देना आदि।

अतः साथ ही वर्तमान में संघर्षमय एवं भागदौड़ भरी जिन्दगी में कई ऐसे कारण होते हैं जिससे एक साधारण इंसान भी मानसिक तनाव का शिकार हो जाता है। 'डिप्रेशन', तात्पर्य मानसिक तनाव है जो सामान्यतः हर किसी व्यक्ति में पाया जाता है, किन्तु दीर्धकाल तक इसके होने से यह बीमारी घातक हो सकती है। डिप्रेशन में जैसे अत्यधिक सिर दर्द, पाचन क्रिया में असंतुलन, लोगों से मिलने में असहज महसूस करना, नींद की आदत में बदलाव, अत्यधिक संवेदनशील हो जाना आदि शामिल है। इसी तरह अन्य अनेक बीमारियाँ भी तंत्रिका एवं मनोरोगों से जुडी हुई है, जिसमें साधारणतः व्यक्ति की मानसिक

क्षमता में गिरावट का आना है जिससे उन्हें भविष्य में साधारण जीवन जीने में भी विशेष कठिनाई महसूस होने लगती है यह एक तरह से लाइलाज बीमारी ही है।

आज जहाँ संगीत चिकित्सा का प्रयोग अनेक रोगोपचार हेतु बहुतायत से किया जा रहा है। शोधकर्त्री ने जिज्ञासा एवं कौतुहलवश भारतीय संगीत के गम्भीर एवं शांत प्रकृति के रागों के संगीत चिकित्सकीय प्रभाव को जानने हेतु विषय– ''भारतीय संगीत की कतिपय रागों का तंत्रिका एवं मनोरोगों पर प्रभावः एक विश्लेषणात्मक अध्ययन'' को शोध प्रबन्ध के लिए चयनित किया।

2. **समस्या कथन–** ''भारतीय संगीत की कतिपय रागों का तंत्रिका एवं मनोरोगों पर प्रभावः एक विश्लेषणात्मक अध्ययन''

3. **सम्बन्धी साहित्य का सर्वेक्षण–**

- **''दीर्घकालीन रोगों के उपचार में सहायक संगीत चिकित्सा– एक अध्ययन।''**

  शोधकर्त्री – कु0 सोनिका पारिक

  शोध निर्देशिका–प्रो0 इना शास्त्री (वनस्थली)

- **''संगीत का मंदबुद्धि प्रयोज्यों पर प्रभाव एक सर्वेक्षणात्मक अध्ययन।''**

  शोधकर्त्री – मधुरिमा पचौरी

  शोध निर्देशिका–प्रो0 लवली शर्मा (दयालाबाग यूनिवर्सिटी)

- **''मानस चिकित्सा में हिन्दुस्तानी शास्त्रीय संगीत की भूमिकाः एक प्रयोगात्मक अध्ययन।''**

  शोधकर्त्री – शिखा थापा

  गुरुनानक यूनिवर्सिटी, अमृतसर

- ''**चिकित्सा के क्षेत्र में संगीत**''

  शोधकर्ता – सरबजीत सिंह

पंजाब यूनिवर्सिटी, पटियाला

- **''मंदबुद्धि बच्चों के लिए संगीत शिक्षा एक समीक्षात्मक अध्ययन।''**

  शोधकर्त्री – कोमल

  (कुरूक्षेत्र)

- **''मानसिक रोग मनोविक्षिप्त में संगीत–चिकित्सा की संभावनायें एवं उपादेयता।''**

  शोधकर्ता – निश्चिन्त

  (कुरूक्षेत्र)

- **''मनोदैनिक व्याधियों की चिकित्सा में संगीत के योगदान की संभावनाओं का अध्ययन।''**

  शोधकर्त्री – रेवती सकलकर

  (बनारस हिन्दू यूनिवर्सिटी)

- **''संगीत कला के चिकित्सकीय प्रभाव का विश्लेषणात्मक अध्ययन।''**

  शोधकर्ता – सरबजीत सिंह

  (पंजाब यूनिवर्सिटी, पटियाला)

- ''संगीत चिकित्सा में राग की भूमिका।''

  शोधकर्ता – डॉ0 भास्कर खण्डेकर

- "A study of effect of music therapy and meditation on performance in professional Shooters"

  शोधकर्ता – Shaji John

  शोध निर्देशक– S.K. Verma

- "The effect of music and dance on children with attention deficit hyperactivity disorder (ADHD)"

शोधकर्त्री – D. Cruz Natasha

शोध निर्देशिका– Ram Usha

- "A study of the effect of music therapy efficacy on the mental health and life satisfaction of patients suffering from depression and heart diseases. "

  शोधकर्त्री – Gohil Jayshreeba

  शोध निर्देशिका– Dr. Savitaben Vaghela

- "A study of effect of music therapy on negative symptoms of schizophrenia"

  शोधकर्ता – Mohammad Ali Zoden

  शोध निर्देशिका– Minhas Lakhwinder Singh

आदि।

उपर्युक्त वर्णित संबंधी साहित्य सर्वेक्षण के आधार पर दृष्टिगत होता है कि प्रस्तुत शोध विषय पर अभी कार्य नहीं किया गया है।

4. अध्ययन की आवश्यकता–

शोधकर्त्री द्वारा प्रस्तुत शोध विषय पर अध्ययन की आवश्यकता इसलिए महसूस हुई कि संगीत का प्रभाव जड़–चेतन आदि समस्त भौतिक वस्तुओं पर पड़ता है। चिकित्सकीय रूप में संगीत का प्रयोग आज से ही नहीं वरन् वैदिक काल से चिकित्सा के रूप में किया जा रहा है। संगीत प्रेरक शक्ति के रूप में प्रभावी होता है व मानव मन को प्रेरणा प्रदान करता है। संगीत के इतिहास पर दृष्टिपात करने पर प्राप्त होता है कि भारतीय संगीत के सात स्वर स रे ग म प ध नि, इन स्वरों का अपना एक रंग है जैसे– स का गुलाबी, रे का हरा, ग का स्वर्ण समान आदि। वहीं कुछ राग गम्भीर एवं शांत प्रकृति वाले, जिनके श्रवण द्वारा मानव मन को मानसिक शांति मिलती है, मानसिक विकृति को ठीक करने में विशेष रूप से भैरव, बिलावल, पूर्वी, भूपाली,बागेश्री आदि राग सहायक होते हैं, उसी प्रकार मंत्रोच्चार/भजन आदि का मानव–मन पर गहरा प्रभाव पड़ता है। वर्तमान की व्यस्ततम, भागादौड़ी संघर्षपूर्ण ज़िन्दगी में मनुष्य कब गम्भीर बीमारी का शिकार बन जाता है पता ही नहीं चलता। वर्तमान में तंत्रिका एवं मनोरोग से संबंधित

अल्जाइमर, डिप्रेशन आदि अन्य रोग धीरे–धीरे वृहद् रूप धारण कर गंभीर बीमारी बन जाती है, जिससे मनुष्य साधारण कार्य करने में भी अत्यन्त असुविधा महसूस करता है। संगीत चिकित्सा जो कि एक पूर्णतः प्रभावशाली विधि है अतः शोधकर्त्री को जिज्ञासा हुई, चूँकि संगीत सितार वादन की छात्रा होने के नाते भी संगीत चिकित्सा के प्रभाव जानने हेतु उत्सुकतावश प्रस्तुत विषय– ''भारतीय संगीत की कतिपय रागों का तंत्रिका एवं मनोरोगों पर प्रभावः एक विश्लेषणात्मक अध्ययन'' को शोध अध्ययन हेतु शोधकर्त्री द्वारा चयनित किया गया।

5. अध्ययन का उद्देश्य–

शोधकर्त्री द्वारा प्रस्तुत शोध प्रबन्ध निम्न उद्देश्यों को ध्यान में रखकर किया जायेगा–

(अ) मुख्य उद्देश्य–

- तंत्रिका एवं मनोरोगों अर्थात् मानसिक तनावजन्य रोगों को दृष्टिगत रखकर ही शोधकार्य को पूर्ण किया जायेगा।
- तंत्रिका एवं मनोरोगों पर कुछ गंभीर एवं शांत प्रकृति के राग, मंत्रोच्चार/भजन आदि के द्वारा संगीत चिकित्सकीय प्रभाव को जानने के उद्देश्य हेतु ही शोधकार्य को पूर्ण करने का प्रयास किया जायेगा।

(ब) गौण उद्देश्य– अल्जाइमर, डिप्रेशन रोग के कारण, लक्षण व मरीज सम्बन्धी अन्य पक्षों जैसे– लिंग, आयु–समूह व अन्य किसी बीमारी से ग्रसित आदि बिन्दुओं को ध्यान में रखकर शोध कार्य को पूर्ण किया जायेगा।

6. विषय का परिसीमांकन–

कोई भी शोध कार्य को एक निश्चित समय–सीमा में रखकर किया जाता है क्योंकि जिससे शोध कार्य समय व निश्चित अवधि में पूर्ण हो सके। समय एवं कार्य की सीमा को ध्यान में रखते हुए प्रस्तुत शोध कार्य तंत्रिका एवं मनोरोगों संबंधी (अल्जाइमर, डिप्रेशन आदि मानसिक तनावजन्य रोग) के लक्षण, कारण,

निदान व संगीत चिकित्सा के अन्तर्गत तंत्र वाद्य सितार, बाँसुरी वादन, मंत्रोच्चार/भजन गायन के प्रभाव तक ही सीमित रहेगा।

7. प्रतिदर्श–

शोधकर्त्री द्वारा प्रस्तुत शोध प्रबन्ध हेतु 10–10 मरीजों को लिया जायेगा। संगीत चिकित्सा एक दीर्घकालीन प्रक्रिया है जिसके परिणाम जानने में समय लगता है। इसी बात को ध्यान में रखते हुए शोध हेतु दस–दस मरीजों को लिया गया है।

8. अध्ययन की विधि–

शोध कार्य को सर्वेक्षण व प्रयोगात्मक विधि व Double Blind Technique द्वारा पूर्ण किया जाएगा। अध्ययन विधि निम्न रूपों में की जायेगी–

(अ) प्रथम समूह के अन्तर्गत विभिन्न मनोरोगों वाले मरीज पर केवल औषधि का प्रयोग कर कार्य किया जायेगा।

(ब) द्वितीय समूह में मरीज को औषधि के साथ ही संगीत श्रवण (रागों का प्रभाव) माध्यम द्वारा मरीज पर संगीत के प्रभाव को देखा जाएगा।

(स) तृतीय समूह में मंत्रोच्चार/भजन के श्रवण द्वारा भी मरीज पर पड़ने वाले संगीत के चिकित्सकीय प्रभाव जानने हेतु प्रस्तुत शोध कार्य को करने का पूर्ण प्रयास किया जायेगा।

9. अध्ययन के स्रोत–

अध्ययन के स्रोत हेतु शोधकर्त्री द्वारा साक्षात्कार व प्रयोगात्मक विधि का प्रयोग किया जायेगा, न्यूरोलॉजिस्ट चिकित्सकों के साथ वार्तालाप करके विभिन्न मनोरोग केन्द्रों में जाकर जैसे (डे केयर सेन्टर, दिल्ली, डिमेंशिया डे केयर सेन्टर, मुम्बई आदि), एस0एन0 मेडिकल कॉलेज व अन्य अस्पतालों के चिकित्सकों व न्यूरोलॉजिस्ट के निरीक्षण में रहकर ही प्रस्तुत शोध को पूर्ण किया जायेगा। विभिन्न

पुस्तकालय, पाठ्य पुस्तकें, सी0डी0, इण्टरनेट, पत्र–पत्रिकाओं आदि से भी प्राप्त सामग्री शोधकर्त्री द्वारा शोध प्रबन्ध हेतु एकत्रित की जायेगी।

10. अध्ययन की रूपरेखा–

- भूमिका

1 सम्बन्धी साहित्य का सर्वेक्षण

2 तंत्रिका एवं मनोरोग– परिचयात्मक अध्ययन

3 अध्ययन–प्रविधि

4. प्रशासन

5. निष्कर्ष

सन्दर्भ ग्रन्थ–सूची

सन्दर्भ ग्रन्थ – सूची

1. संगीत–चिकित्सा – डॉ0 सतीश वर्मा

2. संगीत की मनोवैज्ञानिक पृष्ठभूमि – डॉ0 कविता चक्रवर्ती

3. संगीत का चिकित्सा से सम्बन्ध – श्रीमती मिथलेश श्रीवास्तव

4. संगीत मासिक पत्रिका, नवम्बर,2009

5. संगीत संजीवनी – लावण्य कीर्ति सिंह काव्या

6. www. Alzinfo.org/what+Is+Alzheimer+disease

7. www.shodhganga.com

साक्षात्कार–

1. डॉ0 एस0 के0 सत्संगी (एस0 एन0 मेडिकल कॉलेज)

2. डॉ0 पी0 के0 माहेश्वरी (एस0 एन0 मेडिकल कॉलेज)

3. डॉ0 विशाल सिन्हा (एस0 एन0 मेडिकल कॉलेज)

4. डॉ0 आनन्द स्वरूप (सरन आश्रम अस्पताल)